

## HUBUNGAN ANTARA POLA ASUH ORANG TUA DAN TINGKAT KECEMASAN PADA ANAK SEKOLAH DASAR

Nesyaila Zahra<sup>1</sup>, Uut Aprilia Pangestu<sup>2</sup>, Risma Setia Ayu<sup>3</sup>, Suciana<sup>4</sup>  
Universitas PGRI Yogyakarta

e-mail: [nesyailazahra853@gmail.com](mailto:nesyailazahra853@gmail.com)<sup>1</sup>, [apriliah88@gmail.com](mailto:apriliah88@gmail.com)<sup>2</sup>, [rismasetia3045@gmail.com](mailto:rismasetia3045@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[suciana38@gmail.com](mailto:suciana38@gmail.com)<sup>4</sup>

### INFORMASI ARTIKEL

Submitted : 2025-01-31  
Review : 2025-01-31  
Accepted : 2025-01-31  
Published : 2025-01-31

### KATA KUNCI

Pola Asuh, Kecemasan Anak,  
Psikologi Anak, Pendidikan  
Anak, Perkembangan Emosional.

**Keywords:** *Parenting Pattern,  
Child Anxiety, Child Psychology,  
Child Education, Emotional  
Development.*

### A B S T R A K

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara pola asuh orang tua dan tingkat kecemasan pada anak-anak sekolah dasar. Kecemasan pada anak-anak sekolah dasar adalah isu penting yang mempengaruhi perkembangan psikologis mereka, dan salah satu faktor yang dapat berkontribusi terhadap hal tersebut adalah pola asuh yang diterapkan orang tua. Studi literatur ini menganalisis penelitian-penelitian terdahulu untuk memahami keterkaitan antara pola asuh orang tua dan tingkat kecemasan anak. Dalam pendekatan kuantitatif ini, data dikumpulkan dari berbagai sumber penelitian yang relevan, dan hasil analisis menunjukkan bahwa pola asuh otoritatif cenderung berhubungan dengan kecemasan yang lebih rendah pada anak, sementara pola asuh otoriter berkorelasi dengan tingkat kecemasan yang lebih tinggi. Temuan ini memberikan panduan penting bagi orang tua dan pendidik dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan emosional anak.

### ABSTRACT

This research aims to identify the relationship between parental parenting patterns and anxiety levels in elementary school children. Anxiety in elementary school children is an important issue that affects their psychological development, and one of the factors that can contribute to this is the parenting pattern applied by parents. This literature study analyzes previous studies to understand the relationship between parenting patterns and children's anxiety levels. In this quantitative approach, data is collected from various relevant research sources, and the results of the analysis show that authoritative parenting patterns tend to be associated with lower anxiety in children, while authoritarian parenting patterns correlate with higher levels of anxiety. This finding provides important guidance for parents and educators in creating an environment that supports children's emotional development.

## **PENDAHULUAN**

Anak-anak pada usia sekolah dasar berada pada tahap perkembangan yang krusial, baik dari sisi kognitif, emosional, maupun sosial. Salah satu masalah yang dapat menghambat perkembangan mereka adalah kecemasan, yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis anak, hasil akademik, serta interaksi sosial dengan teman sebaya dan lingkungan sekitar. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui yang diterapkan orang tua. Pola asuh orang tua merujuk pada cara orang tua membimbing, mengarahkan, dan mengontrol perilaku anak. Beberapa tipe pola asuh yang dikenal dalam psikologi antara lain pola asuh otoritatif, otoriter, dan permisif. Pola asuh otoritatif dianggap paling bermanfaat bagi perkembangan anak karena memberikan batasan yang jelas namun tetap memberikan perhatian dan dukungan emosional. Di sisi lain, pola asuh otoriter yang lebih menekankan disiplin yang keras dan kontrol yang ketat dikaitkan dengan kecemasan yang lebih tinggi pada anak. Sedangkan pola asuh permisif, yang memberi kebebasan lebih banyak kepada anak tanpa banyak aturan, dapat mengarah pada kesulitan anak dalam menghadapi kecemasan.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa pola asuh orang tua mempengaruhi kondisi emosional anak, termasuk tingkat kecemasan mereka. Anak-anak yang dibesarkan dengan pola asuh otoritatif biasanya lebih percaya diri dan mampu menghadapi stres dengan lebih baik, sedangkan anak yang tumbuh dalam pola asuh otoriter atau permisif lebih rentan terhadap kecemasan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam hubungan antara pola asuh orang tua dan tingkat kecemasan pada anak-anak sekolah dasar.

Penelitian ini menjadi semakin penting mengingat meningkatnya masalah kecemasan pada anak-anak di usia sekolah dasar, yang dapat berdampak negatif pada berbagai aspek kehidupan mereka. Dengan memahami bagaimana pola asuh orang tua berhubungan dengan kecemasan anak, kita bisa mendapatkan wawasan yang lebih baik untuk membantu mendukung kesehatan emosional anak-anak, serta memberikan mereka cara yang lebih efektif untuk mengatasi kecemasan yang mereka hadapi.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan studi literatur untuk mengidentifikasi hubungan antara pola asuh orang tua dan tingkat kecemasan pada anak. Dalam penelitian ini, data diambil dari berbagai artikel, jurnal, dan penelitian terdahulu yang relevan dengan topik yang dibahas. Penelitian ini tidak mengumpulkan data primer dari responden, tetapi menggunakan analisis data sekunder berdasarkan hasil penelitian yang ada.

Sumber Data:

1. Jurnal-jurnal ilmiah tentang pola asuh dan kecemasan anak.
2. Buku teks yang membahas psikologi anak dan pengaruh pola asuh terhadap perkembangan emosional anak.
3. Artikel yang membahas hubungan antara pola asuh orang tua dan kesehatan mental anak.

Prosedur Analisis: Data yang dikumpulkan dari berbagai sumber literatur dianalisis dengan menggunakan teknik meta-analisis untuk menilai hubungan antara dua variabel utama: pola asuh orang tua dan tingkat kecemasan anak. Hasil penelitian dari masing-masing studi yang dipilih kemudian dianalisis untuk menarik kesimpulan mengenai pola asuh yang paling berpengaruh terhadap kecemasan anak.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari literatur yang dianalisis, ditemukan beberapa temuan penting:

### 1. Pola Asuh Demokratis dan Tingkat Kecemasan Rendah:

Penelitian menunjukkan bahwa pola asuh demokratis berhubungan dengan tingkat kecemasan yang lebih rendah pada anak. Pola ini memberikan kebebasan bagi anak untuk mengekspresikan perasaan mereka, dengan bimbingan yang konsisten dari orang tua. Anak-anak yang diasuh secara demokratis cenderung merasa lebih aman, percaya diri, dan mampu menghadapi tekanan.

Darling & Steinberg (1993) menemukan bahwa pola asuh demokratis dapat mengurangi kecemasan sosial pada anak.

### 2. Pola Asuh Otoriter dan Tingkat Kecemasan Tinggi:

Pola asuh otoriter, yang cenderung menekankan disiplin ketat dan kurang memberikan ruang untuk dialog, sering dikaitkan dengan tingkat kecemasan yang tinggi. Anak merasa takut terhadap hukuman dan kurang mampu mengekspresikan emosinya, sehingga cenderung mengalami tekanan psikologis.

Studi oleh Chen et al. (2015) menunjukkan bahwa pola asuh otoriter meningkatkan risiko gangguan kecemasan pada anak.

### 3. Pola Asuh Permisif dan Kecemasan Beragam:

Pola asuh permisif memberikan kebebasan tanpa batas kepada anak, sehingga anak sering merasa tidak memiliki struktur yang jelas. Hal ini dapat menyebabkan kecemasan terkait ketidakpastian.

Maccoby & Martin (1983) mencatat bahwa anak-anak dari keluarga permisif cenderung menunjukkan kecemasan terkait keputusan atau situasi yang membutuhkan batasan.

### 4. Faktor Kontekstual:

Faktor budaya, status ekonomi, dan tingkat pendidikan orang tua juga memengaruhi cara pola asuh diterapkan dan dampaknya terhadap kecemasan anak.

## HASIL

Pola asuh orang tua memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan anak-anak usia sekolah dasar. Pola asuh demokratis terbukti dapat mengurangi kecemasan, sedangkan pola asuh otoriter dan permisif dapat meningkatkan risiko kecemasan pada anak. Selain itu, faktor-faktor kontekstual seperti budaya dan status ekonomi juga mempengaruhi cara pola asuh diterapkan. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk memperhatikan gaya pengasuhan yang mendukung kesehatan emosional anak, serta bagi pendidik dan praktisi psikologi untuk mempertimbangkan faktor-faktor ini dalam upaya mengurangi kecemasan anak.

## KESIMPULAN

Pola asuh orang tua memiliki pengaruh besar terhadap tingkat kecemasan anak sekolah dasar. Pola asuh demokratis menunjukkan dampak positif dalam mengurangi kecemasan anak, sedangkan pola otoriter dan permisif berkontribusi pada peningkatan kecemasan. Penelitian ini menekankan pentingnya edukasi kepada orang tua untuk menerapkan pola asuh yang mendukung kesehatan mental anak. Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya adalah eksplorasi peran intervensi berbasis keluarga dalam mengurangi kecemasan pada anak. Oleh karena itu, orang tua perlu memilih pola asuh dan gaya pengasuh yang sesuai agar anak tidak mengalami kecemasan dan memiliki kesehatan emosional.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Baumrind, D. (1991). The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use. *Journal of Early Adolescence*, 11 (1), 56–95.
- Chen, X., Liu, M., & Li, D. (2015). Parental Control, Parental Warmth, and Psychological Adjustment in Chinese Children: A Longitudinal Study. *Journal of Family Psychology*, 29 (2), 173–182.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting Style as Context: An Integrative Model. *Psychological Bulletin*, 113 (3), 487–496.
- Hurlock, E. B. (2002). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the Context of the Family: Parent-Child Interaction. In E. M. Hetherington (Ed.), *Handbook of Child Psychology: Socialization, Personality, and Social Development* (Vol. 4, pp. 1–101). New York: Wiley.
- Santrock, J. W. (2018). *Child Development* (14th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.